



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Curso de Nutrición Vegana

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Curso de Nutrición Vegana

duración total: 200 horas

horas teleformación: 100 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

Una buena nutrición es aquella en la que se lleva una alimentación equilibrada que proporciona el equilibrio energético y de nutrientes que necesita una persona diariamente en función de sus características individuales. Así, con el presente curso se pretende aportar los conocimientos necesarios para seguir una nutrición vegana adecuada.



a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Determinar las bases biológicas de la nutrición.
- Detallar la composición de los alimentos y su valor energético correspondiente.
- Describir el veganismo y conocer sus ventajas e inconvenientes.
- Determinar los alimentos que se pueden consumir en una dieta vegana.
- Explicar las medidas de seguridad e higiene alimentaria que se deben conocer en nutrición.

para qué te prepara

Este curso de Nutrición Vegana prepara al alumnado para para conocer detalladamente la alimentación vegana y los tipos de alimentos que se consumen en ella, siempre respetando los principios de una alimentación equilibrada.

salidas laborales

Centros especializados de nutrición. Consultas Dietéticas, Franquicias de Nutrición, Equipos de elaboración de dietas en Hospitales, Guarderías y Comedores escolares.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello



NOMBRE DEL ALUMNO/A

forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Nutrición Vegana'



profesorado y servicio de tutorías

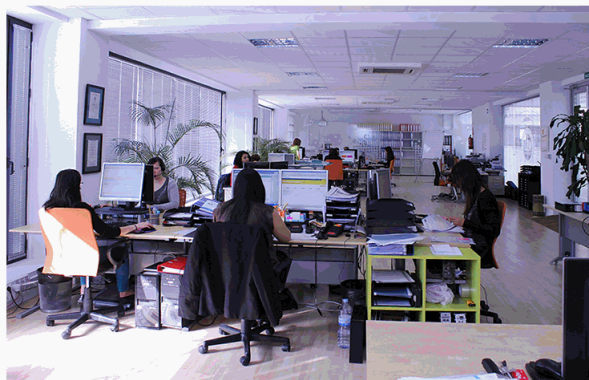
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES RELACIONADOS CON LA NUTRICIÓN VEGANA

1. Conceptos relacionados con la alimentación, salud y nutrición
2. Conceptos relacionados con la salud y nutrición

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES BIOLÓGICAS DE LA NUTRICIÓN

1. Conceptos básicos
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo
 - 1.- Boca
 - 2.- Faringe
 - 3.- Esófago
 - 4.- Estómago
 - 5.- Intestino delgado
 - 6.- Intestino grueso
 - 7.- Páncreas
 - 8.- Hígado
 - 9.- Vesícula biliar
3. El proceso de digestión
 - 1.- Hiperpermeabilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL VEGANISMO

1. Introducción al veganismo
2. Diferencias entre vegetarianos y veganos
3. Pirámide de la alimentación vegana
4. Las proteínas en la dieta vegana
 - 1.- Principales fuentes de proteína vegetal
 - 2.- Los aminoácidos esenciales en la dieta vegana
5. Vitaminas y minerales en la dieta vegana
 - 1.- Fuentes de vitaminas en la dieta vegana
 - 2.- Fuentes de minerales en la dieta vegana

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS VEGANOS

1. Hidratos de carbono o glúcidos
 - 1.- Monosacáridos
 - 2.- Disacáridos
 - 3.- Polisacáridos
 - 4.- Funciones de los hidratos de carbono
2. Lípidos
 - 1.- Funciones
3. Proteínas
 - 1.- Aminoácidos
 - 2.- Funciones de las proteínas
4. Vitaminas
5. Minerales
 - 1.- Micronutrientes mayoritarios
 - 2.- Micronutrientes minoritarios
6. Agua

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
 - 1.- Caloría y kilocaloría
 - 2.- Julio y kilojulio
3. Necesidades energéticas del adulto sano

- 1.- Metabolismo basal
- 2.- Actividad física
- 3.- Efecto térmico de los alimentos
- 4.- Necesidades energéticas totales
- 4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PATOLOGÍAS VINCULADAS A UNA MALA ALIMENTACIÓN

- 1. Introducción a las patologías
- 2. Obesidad
 - 1.- Recomendaciones de la OMS para la prevención de la obesidad
- 3. Diabetes Mellitus tipo II
 - 1.- Recomendaciones específicas de la OMS para la enfermedad
- 4. Enfermedades cardiovasculares
 - 1.- Recomendaciones de la OMS para la prevención de enfermedades cardiovasculares
- 5. Neoplasias
 - 1.- Neoplasia de mama
 - 2.- Neoplasia de endometrio
 - 3.- Neoplasia de hígado
 - 4.- Recomendaciones de la OMS para la prevención del cáncer
- 6. Osteoporosis
 - 1.- Recomendaciones de la OMS para la prevención de la osteoporosis